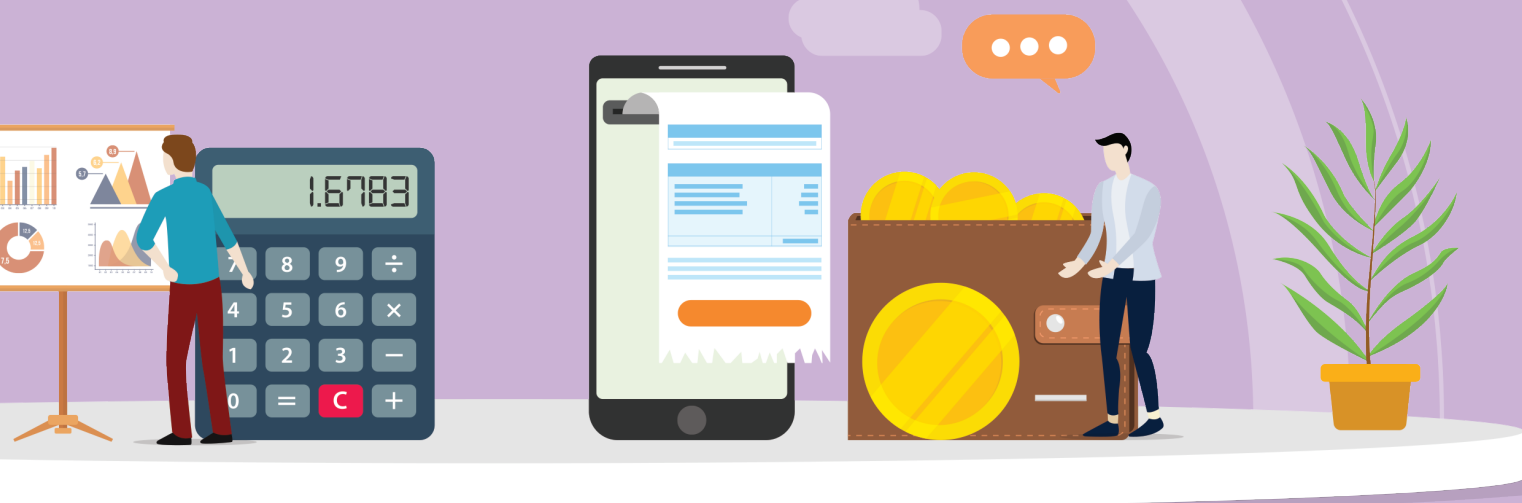


دخل نوزده، خرج بیست؟

نکته‌های کاربردی برای مدیریت مالی

محسن آربزی، دانشجوی دکترای روان‌شناسی تربیتی دانشگاه شیراز



اشاره

انسان موجودی است که به‌طور بالقوه توانمندی‌های زیادی دارد، لیکن برای به‌ظهوررساندن آن‌ها نیازمند تربیت است. لازم است تربیت به‌گونه‌ای صورت گیرد که ابعاد متفاوت وجود انسان، از جمله بُعد جسمانی، روان‌شناختی، هیجانی، اجتماعی و اقتصادی او را پرورش دهد و مهارت‌های مرتبط با هر یک از این بعدها را در او ایجاد کند. به‌گونه‌ای که محصول آموزش و پرورش یا به عبارت دیگر، سنناره درخشان آموزش و پرورش، پس از ۱۲ سال بهره‌مندی از آموزش‌ها، فردی سالم و به دور از بیماری‌های جسمانی و روان‌شناختی، شاد، بانگیزه، امیدوار، تلاشگر و هدفمند و همچنین دارای مهارت‌های مهمی همچون حل مسئله، برقراری ارتباط مؤثر، مدیریت زمان و مدیریت اقتصادی باشد.

اگرچه دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت در جهت پرورش بسیاری از خصوصیات و مهارت‌ها در دانش‌آموزان، از جمله مهارت‌های پیش‌گفته، تلاش می‌کنند، لیکن به نظر می‌رسد بُعد تربیت اقتصادی از نگاه عوامل آموزش و پرورش مورد غفلت بیشتری قرار گرفته است، در صورتی که «سند تحول بنیادین آموزش و پرورش» نیز به تربیت اقتصادی در میان ساحت‌های تربیت توجه کرده است. علاوه بر آن، بُعد اقتصادی و مهارت‌های مرتبط با آن بخش مهمی از زندگی آتی دانش‌آموزان را تشکیل می‌دهد و نداشتن مهارت در مدیریت مالی زندگی می‌تواند بر سایر جنبه‌های زندگی فرد نیز تأثیر بگذارد. لذا در ادامه به تشریح مهارت مدیریت اقتصادی و ارائه راهکارهایی در این زمینه می‌پردازیم.

مهارت مدیریت اقتصادی به معنی توانایی برقراری تعادل بین درآمدها و مخارج است. نخستین مرحله در مدیریت اقتصادی «برنامه‌ریزی» است. در برنامه‌ریزی فرد نیازهای خود و چگونگی دستیابی به منابع لازم برای تأمین نیازها را تعیین می‌کند. علاوه بر آن، در مرحله برنامه‌ریزی، فرد اولویت‌های مخارج خود را برای هر ماه و سال مشخص می‌سازد. کلیدواژه‌ها: سرمایه‌گذاری، مهارت، مدیریت، هزینه



مهارت مدیریت مالی

مهارت و به‌طور کلی خدمات خود استفاده کنید. بکوشید علاوه بر درآمد حاصل از اشتغال اصلی خود، درآمدهای جانبی هم داشته باشید. همچنین یادگیری برخی از مهارت‌های جزئی و انجام برخی از امور در خانه سبب می‌شود هزینه‌های خانواده کاهش یابد. برای مثال، سرویس کردن کولر، تعویض کلید و پریز و شیرآلات، و رنگ‌زدن اتاق از جمله کارهایی است که خودتان هم می‌توانید انجام دهید. تا زمانی که کاری را خودتان می‌توانید به‌خوبی انجام دهید، به‌منظور انجام آن پولی نپردازید.

به پس‌انداز کردن توجه داشته باشید

اتفاق‌های غیرمنتظره همچون بیماری‌ها، مسافرت‌های برنامه‌ریزی‌نشده و مراسم پیش‌بینی‌نشده بخشی از زندگی هستند و لازم است که افراد آگاهانه خود را برای چنین موقعیت‌هایی آماده کنند. همواره درصدی (برای مثال ۱۰ درصد) از درآمد خودتان را در حساب یا محلی غیر از حساب اصلی خود نگه دارید تا در صورت ضرورت از آن بهره بگیرید.

پس‌انداز هفتگی داشته باشید

راهبرد مناسب دیگری که برای افزایش پس‌اندازها و کاهش هزینه‌ها می‌توان از آن استفاده کرد این است که تمام مخارج خود را ثبت کنید. در پایان هر هفته مخارج خود را، اعم از ضروری و غیرضروری، جمع‌بزنید. سپس به میزان ۵ یا ۱۰ درصد مخارج هفته خود را درون قلم خود بیندازید و یا به حساب دیگری واریز کنید. با این روش در پایان سال مطمئناً مبلغ قابل توجهی پس‌انداز کرده‌اید.

سرمایه‌گذاری کنید

سرمایه‌گذاری به آن دسته از فعالیت‌های اقتصادی گفته می‌شود که با گذر زمان ارزش آن‌ها حفظ می‌شود و یا افزایش می‌یابد. در ضمن سودی منطقی نیز برای فرد سرمایه‌گذار دارند. سرمایه‌گذاری مستلزم برخورداری از دانش، مهارت و نگرش‌های لازم در زمینه‌ای است که تصمیم دارید سرمایه‌گذاری کنید. در صورت سرمایه‌گذاری بدون دانش و آگاهی، احتمال شکست و زیان وجود دارد. سرمایه‌گذاری در بورس اوراق بهادار، کشاورزی و زمینه‌های مرتبط با آن، همچون دام‌داری و پرورش طیور، نمونه‌هایی از سرمایه‌گذاری هستند. علاوه بر دریافت آموزش‌ها، شناسایی سرمایه‌گذاری مناسب و متناسب با شرایط اقلیمی و بافت فرهنگی هر منطقه، فاصله تا بازار هدف، امکانات و ابزارهای مورد نیاز و میزان بودجه اولیه، در کنار عواملی همچون علاقه، پشتکار و سخت‌کوشی فرد سرمایه‌گذار، می‌توانند در توفیق سرمایه‌گذاری مؤثر باشند. پشتکار در سرمایه‌گذاری از اهمیت بسزایی برخوردار است؛ چرا که فعالیت‌های اقتصادی ممکن است در ماه‌ها و یا حتی سال‌های نخست بازدهی مناسبی نداشته باشند.

هزینه‌های خود را طبقه‌بندی کنید

در مدیریت مالی مدیریت هزینه‌ها اهمیت بسیار زیادی دارد. برای مدیریت هزینه‌ها لازم است که آن‌ها را از نظر ضرورت طبقه‌بندی کرد. هزینه‌های ضروری آن دسته از مخارجی هستند که حتماً نیاز است بخشی از درآمدها را به آن‌ها اختصاص دهید. برای مثال، هزینه‌های مربوط به خوراک، پوشاک،



هدف‌هایی برای خود طراحی کنید

طراحی هدف به رفتار و تلاش‌ها جهت می‌دهد و نظارت بر عملکرد و ارزیابی پیشرفت را میسر می‌سازد. همچنین داشتن هدف باعث می‌شود که انگیزه لازم برای صورت‌دادن اقدامات رفتاری فراهم شود. بنابراین برای خود هدف‌های مالی تعیین و نقشه راه رسیدن به آن‌ها را نیز ترسیم کنید. برای مثال، یک هدف مالی برای دانش‌آموزان دوره‌های اول و دوم متوسطه می‌تواند جمع‌آوری یک میلیون تومان پول تا پایان ماه برای خرید چند کتاب کمک‌آموزشی باشد. سپس به روش‌ها و مسیرهای منطقی بیندیشد که به وسیله آن‌ها می‌توانید تا پایان زمان در نظر گرفته‌شده مبلغ موردنظر را جمع‌آوری کنید. در صورت استفاده از مسیرهای تعیین‌شده و نرسیدن به نتیجه و اصلاح آن مسیرها، از مسیرهای جایگزین استفاده کنید.

مهارت‌های خود را افزایش دهید

مهارت‌های مورد نیاز جامعه را بیاموزید و از طریق آن‌ها به کسب درآمد بپردازید. درآمد فرایند دشواری است. به‌منظور آسان‌تر کردن آن، از روش‌های متفاوتی برای فروش دانش،

همچون «بله»، «دخل وخرج: مدیریت مالی ساده»، «پولامو چی کار کردم؟»، «فانوس»، «حسابداری پارمیس همراه»، «حسابداری شخصی قیاس»، «نرم افزار کاربردی مدیریت مالی و حسابداری شخصی باجت» از جمله نرم افزارهایی هستند که می توانند کارآمد باشند. اکثر این نرم افزارها درآمدها و هزینه ها را در قالب نمودار به شما نمایش می دهند. حال نمودارها را تحلیل کنید. کدام بخش از هزینه های شما (مواد غذایی، اینترنت و هزینه های مرتبط با آن، تفریح و سرگرمی، و...) از میزان معمول و مقدار نیاز خود به طور معنی داری بیشتر است؟ برای آن بخش هدفی جدید طراحی کنید و بکشید در ماه پیش رو هزینه های خود را کاهش دهید. این نکته را همواره به یاد داشته باشید که مدیریت هزینه ها در مدیریت مالی از اهمیت بیشتری نسبت به مدیریت درآمدها برخوردار است، زیرا هزینه ها نباید از درآمدها بیشتر شوند.

هنگام خرید به این نکات توجه داشته باشید

هنگام افسردگی و اضطراب ممکن است خریدهای مطلوبی نداشته باشید، چرا که خرید برای شما لذت بخش است و اضطراب شما را کاهش می دهد. در نتیجه ممکن است جنس هایی را بخرید که به آن ها نیاز ندارید، و یا به دلیل توجه محدود شما و نبود امکان بررسی و تحلیل، کالایی را خریداری کنید که کیفیت پایینی دارد. توصیه می شود که برای خرید، از قبل فهرست کالاهای مورد نیاز خود را تهیه کنید و به همراه داشته باشید. همچنین خرید کالاهایی همچون پوشاک و لوازم خانگی هنگام خستگی و بی حوصلگی، ممکن است سبب شود به محصولات متفاوت در آن زمینه کمتر توجه کنید و اولین گزینه ای را که مشاهده می کنید، بخرید.

محصولات شرکتها و فروشگاههای متفاوت را بیش از اندازه مورد بررسی و مقایسه قرار ندهید، چرا که ممکن است در نهایت در اثر خستگی ایجاد شده خرید مناسبی انجام ندهید. پیش از حضور در مراکز خرید بازه قیمتی (حداقل و حداکثر قیمت) را که می توانید برای آن محصول هزینه کنید، مشخص سازید. نکته دیگر اینکه با دوستان و آشنایانی که تمایل دارند نظر خود را تحمیل کنند به خرید نروید. تلاش کنید تحت تأثیر تبلیغات فروشنده قرار نگیرید و ارزیابی خودتان را از میزان کیفیت آن محصول و ارزندگی آن، ملاک خرید یا نخریدن قرار دهید. از ترفندهایی که فروشندگان برای تبلیغ کالای خود استفاده می کنند آگاه باشید. یکی از ترفندهای پُر استفاده، ارائه نمونه ای با کیفیت ضعیف تر در کنار نمونه های بهتر کالای مدنظر شما برای مقایسه آن با نمونه های دیگر و سپس نتیجه گیری در مورد ارزندگی آن نمونه است. در واقع فروشنده تعداد معدودی از نمونه با کیفیت پایین تر هم خریداری می کند و در قفسه فروشگاه خود قرار می دهد، اما هدفش بیشتر استفاده

حمل و نقل، قبض ها (آب، برق و تلفن همراه)، اجاره مسکن، درمان و پیگیری بیماری ها و امثال این موارد ضروری به شمار می روند. در مقابل، هزینه های غیر ضروری شامل خرید کالاها یا خدمات غیر ضروری می شوند که فرد برای زندگی روزمره خود و یا در جهت رسیدن به هدف های تحصیلی و شغلی به آن ها نیاز ندارد. خرید کالاهای تجملی و بدون استفاده می تواند در این طبقه قرار گیرد. توصیه می شود فهرست هزینه های خود را به صورت هفتگی و ماهانه تهیه و بر اساس میزان ضرورت آن ها را اولویت بندی کنید. هنگام خرید و پرداخت هزینه ها از موارد ضروری تر و مهم تر آغاز کنید.

هزینه ها را از نظر کوتاه مدت یا بلندمدت بودن تعیین و طبقه بندی کنید

هزینه های زندگی را می توان از نظر کوتاه مدت (جاری) یا بلندمدت بودن آن ها نیز طبقه بندی کرد. هزینه های کوتاه مدت شامل هزینه های زندگی روزمره، همچون هزینه های خوراک، پوشاک، حمل و نقل، اجاره مسکن، آموزشی و تفریحی است. هزینه های بلندمدت شامل هزینه های لازم برای رسیدن به هدف های بزرگ تر اقتصادی زندگی می شود. برای مثال، هزینه خرید مسکن، خودرو و وسایل زندگی از جمله هزینه های طولانی مدت هستند. لازم به ذکر است که در مدیریت اقتصادی فرد باید هزینه های کوتاه مدت خود را به گونه ای مدیریت کند که امکان رسیدن به هدف های بزرگ تر یا همان هزینه های طولانی مدت فراهم شود.

مراقب تبلیغات باشید

گاهی تبلیغات در شما نیازهای کاذبی ایجاد می کنند که می تواند شما را به پرداخت هزینه های غیر ضروری وادارد. یک راهبرد برای مقاومت در برابر تبلیغات خرید تنها بر اساس فهرست هزینه ها و خریدهای ضروری است.

هزینه های خود را ثبت کنید

ثبت و یادداشت هزینه ها به صورت هفتگی، ماهانه و سالانه می تواند امکان تحلیل هزینه ها را برای شما فراهم کند و در برنامه ریزی های آتی به شما یاری رساند. ثبت هزینه ها برآورد دقیق هزینه های ضروری را برای شما ممکن می سازد. این اطلاعات می تواند در برنامه ریزی های آتی به شما کمک کند. با برآورد هزینه ها شما می دانید که هزینه های ضروری زندگی تان چقدر است و برای باقی مانده درآمد خود چگونه برنامه ریزی کنید. ثبت هزینه ها می تواند به صورت دستی و یا با استفاده از نرم افزارهای موجود صورت گیرد.

چنانچه تمایل دارید به صورت دستی هزینه ها را ثبت کنید، دفترچه ای مخصوص این کار تهیه کنید. مخارج هرماه را بنویسید و در پایان هرماه هزینه ها را تحلیل کنید. نرم افزارهایی

از آن نمونه‌ها به منظور متقاعد کردن مشتریان برای خرید نمونه‌های دیگر با قیمتی بالاتر است؛ نه فروش آن‌ها. در مواردی هم نمونه‌های ضعیف‌تر به افرادی که توان خرید پایینی دارند فروخته می‌شود.

بهتر است در فروشگاه‌هایی که با استفاده از موسیقی‌های هیجان‌انگیز، قصد دارند شما را به لحاظ هیجانی تحت تأثیر قرار دهند، خرید نکنید. بهتر است از قبل نیازها و ملزومات خود را پیش‌بینی کنید و وسایل مورد نیازتان را در زمانی غیر از زمان اوج تقاضا بخرید. برای مثال، پوشاک در ماه‌های شهریور و اسفند و لوازم التحریر در شهریور و اوایل مهر، بیشترین تقاضا را دارند. تلاش کنید خرید خود را در زمان‌های دیگری انجام دهید.

بدهی‌های خود را مدیریت کنید

چنانچه بدهی‌ها و وام‌هایی را که از افراد و مؤسسه‌های مالی دریافت می‌کنید مدیریت نکنید، خیلی زود با مشکلات جدی مواجه می‌شوید. هنگام دریافت وام همواره به مخارج زندگی شخصی و اتفاقات غیرمنتظره توجه داشته باشید. بدهی‌ها و قسط‌های خود را در اولین فرصت بپردازید و به هیچ‌عنوان پرداخت آن‌ها را به تعویق نیندازید. برای خریدهای بزرگ، همچون خرید لوازم خانگی، خودرو و مسکن، ملاکی برای خود در نظر بگیرید و به آن پایبند باشید. برای مثال، تا زمانی که ۷۵ درصد هزینه آن خرید را نداشته باشید، به خرید اقدام نکنید. داشتن ملاک میزان بدهکاری خود را مدیریت می‌کنید.

راهبرد دیگری که می‌تواند در مدیریت بدهی‌ها مؤثر باشد این است که تا حد ممکن خرید قسطی نداشته باشید. معمولاً خرید قسطی موجب خرید کالایی با قیمت بالاتر می‌شود. بهتر است پول خود را در محل مشخصی که کمی از دسترس روزمره خارج باشد، ذخیره کنید. سپس به خرید کالای مورد نظر خود دست بزنید. خرید نقد مزیت‌های متفاوتی دارد؛ از جمله حق انتخاب از بین فروشگاه‌های متفاوت و مقایسه قیمت‌های آن‌ها، درخواست تخفیف، و آرامش روانی ناشی از به‌وجود نیامدن بدهی جدید.

مدیریت مالی و پس‌انداز کردن را به فرزندان آموزش دهید

در برخی خانواده‌ها، فرزندان از مهارت‌های مدیریت مالی بهره‌ کمی دارند. همین موضوع سبب می‌شود هزینه‌های مصرفی خانواده افزایش یابد. در صورتی که با مشارکت آن‌ها در مدیریت مالی خانواده، می‌توان مدیریت مؤثرتری بر هزینه‌های مصرفی داشت. پیشنهاد می‌شود آموزش مدیریت مالی از سنین پیش از دبستان آغاز شود. لازم است که اصول مربوط به مدیریت مالی به زبانی بسیار ساده برای کودکان بیان شود و نیازی نیست به بیان مباحث پیچیده پرداخت. برای مثال، خرید قلم برای کودکان و تشویق آن‌ها به اینکه پول‌های خرد خود و خانواده

را در آن بریزند و همچنین کالاهای کم‌ارزش را نخرند تا بعد بتوانند کالای باارزشی را با پول قلم خود بخرند، به معنای ساده آموزش پس‌انداز کردن و توجه به جمع‌آوری مبالغ کم برای دستیابی به هدفی ارزشمندتر است.

از خود تقویتی استفاده کنید

خودتقویتی روش مناسبی برای تقویت آن دسته از رفتارهای خود است که هم‌سو با هدف (اهداف) تعیین‌شده مالی و هدف‌های سایر جنبه‌های زندگی هستند. ابتدا امور و خوراکی‌هایی را که برای شما لذت‌بخش هستند شناسایی کنید. سپس از ابتدای ماه (سال) تصمیم بگیرید که در صورت رسیدن به هدف‌های مالی چه تقویت‌کننده‌ای به خود می‌دهید. در صورت رسیدن به هدف‌های تعیین‌شده مالی (در حوزه درآمد یا هزینه‌ها)، یکی از آن تقویت‌کننده‌ها را به خود بدهید. یک تقویت‌کننده مناسب برای رسیدن به هدف مالی ماهانه، بسته به میزان درآمد، می‌تواند خرید یک کتاب، دفترچه یادداشت زیبا، شال و روسری و یا وقت گذاشتن برای دیدار با دوستی صمیمی باشد. لازم است تقویت‌کننده‌هایی که برای هدف‌هایی سالانه در نظر گرفته می‌شوند، بزرگ‌تر باشند.

برخی روزها اصلاً خرید نکنید

میل افراطی به خرید نوعی مشکل رفتاری است. این میل سبب افزایش خریده‌ها و در نتیجه هزینه‌های شما خواهد شد. به‌منظور مدیریت آن تصمیم بگیرید، در برخی از روزها اصلاً به بازار نروید و در آن روز در صورت پیش‌نیامدن ضرورت، به‌هیچ‌عنوان خرید نکنید. روشی دیگر برای کاهش این گرایش آن است که همواره یک نفر از اعضای خانواده خریده‌های منزل را انجام ندهد، بلکه در روزها (هفته‌های) متفاوت، مسئول خرید خانواده متفاوت باشد. این روش سبب کاهش مشکل رفتاری مزبور می‌شود.

هدف‌تان کسب آرامش باشد

اصول مدیریت مالی به‌منظور از بین بردن تنش‌های مالی، رشد و پیشرفت مالی و کاهش بدهی‌ها به کار گرفته می‌شوند. با فراگیری و به‌کارگیری این روش‌ها و بسیاری از روش‌های دیگر، می‌توان وضعیت مالی خود را مدیریت کرد. لیکن باید توجه داشت که با اجرای این روش‌ها، در صورت تخطی‌های جزئی از آن‌ها، نباید خود را سرزنش کنیم. اکثر افراد ممکن است به دلیل به‌وجود آمدن شرایط غیرقابل پیش‌بینی در برخی از ماه‌ها نتوانند دقیقاً در چارچوب هزینه‌های از پیش تعیین‌شده خود حرکت کنند. نکته دیگر اینکه مهم است که در استفاده از راهبردهای مذکور استمرار داشته باشید. در طولانی‌مدت استفاده از راهبردهای مدیریت مالی می‌تواند نتایج بسیار مطلوبی برای شما ایجاد کند.

در برخی خانواده‌ها، فرزندان از مهارت‌های مدیریت مالی بهره کمی دارند. همین موضوع سبب می‌شود هزینه‌های مصرفی خانواده افزایش یابد. در صورتی که با مشارکت آن‌ها در مدیریت مؤثرتری بر هزینه‌های مصرفی داشت